



A. Warm Up

Kommandodribbling

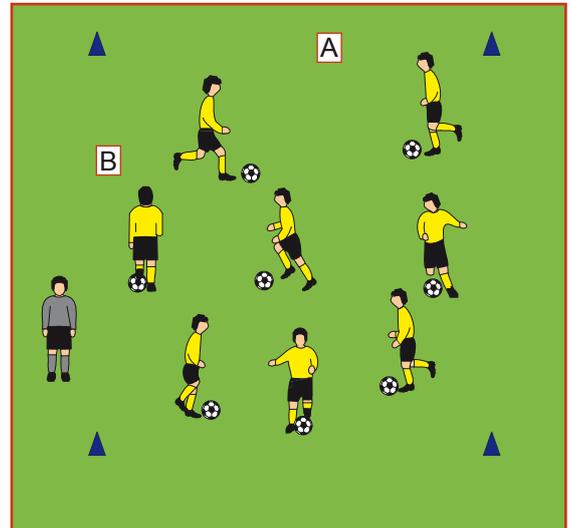
Soccerdrills - Warm Up - 012

Organisation

- Die Spieler bewegen sich mit Ball im Übungsfeld und dribbeln nach Bewegungsvorgabe des Trainers.

Beschreibung

A Die Spieler dribbeln bei Übungsstart frei im Übungsfeld



Ablauf -Variationen

- B**
- Nur mit rechts
 - Nur mit links
 - Finte
 - Wende
 - Abwechselnd rechts und links
 - Ball mit der Sohle ziehen
 - Rückwärts
 - Rückwärts nur links
- usw.

**Immer beidbeinig trainieren.
Klare und deutliche Anweisungen.**

| | | | | | |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| Training am: | | | | | |
| Altersklasse: | | | | | |
| Trainingsteilnehmer: | | | | | |
| Abwesenheit: | | | | | |
| Übungsnote: | | | | | |
| Notizen: | | | | | |